

1月給食だより



栃本市マスコット
キャラクター
「とち介」

栃本市立西方小学校
給食共同調理場

寒さが厳しさを増す中、12月はあっという間に過ぎていよいよ冬休みです。クリスマスやお正月など、楽しいイベントがたくさん待っています。年末年始は、普段とは異なり、大人も子どもも生活リズムが乱れがちになります。生活習慣を振り返り、規則正しい1日を過ごしましょう。

また、1月の給食では鏡開き献立や、いろいろな国をイメージした料理を提供します。給食が子どもたちの学校生活の楽しみの一つになれるよう、食事の面から引き続きサポートしていきたいと思ひます。



～おせち料理の意味を知ろう！～



「おせち」は、平安時代の宮中行事が名前の由来とされています。おせち料理には一つ一つに込められた意味や願いがあります。料理に込められた意味や願いを知って、お正月をもっと楽しみましょう！



だて巻き

形が薯物の巻物に似ていることから、学問が上達しますようにという願いがこめられています。



昆布巻き

養老昆布＝「よろこぶ」にかけて、不老長寿を願う縁起物という意味があります。



紅白なます

お祝い事に使用する紅白の水引に似ており、平安と平和を願うという意味があります。



数の子

数の子はニシンの卵のことで、卵がたくさんある様子から子孫繁栄の願いが込められています。



田づくり

昔、いわしの肥料をまいた畑が豊作だったことから、豊作祈願の願いが込められています。



きんとん

漢字で書くと「金団」金の団子と書きます。豊かな一年になりますようにという願いが込められています。

年末・お正月おすすめ料理！

「おなかにやさしい大根おろし鍋」

材料(濃さは好みで調整)

- 水……………5カップ
- 醤油……………大さじ3
- みりん……………大さじ3
- 酒……………大さじ5
- 市販の白だし…大さじ2
- 大根……………1/2本
- このくさいお好みの具材

大根には、消化を助ける酵素があります！



- ① 鍋に水とAの調味料を入れる
- ② ①が沸騰したら、火の通りにくい具材から鍋に入れて煮る
- ③ 大根をおろす
- ④ 具材に火が通ったら、大根おろしを入れて完成

★鍋に入れる直前に大根をおろすと◎

1月は全国学校給食週間があります！

1月24日から30日までの間は、「学校給食週間」です。

学校給食の時間では、準備から片付けと、実際の活動を繰り返し行うことで、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けることができます。

